14.003 Buchty pečené plnené makom
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
Hmotnosť v kg, l, ks								
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
múka polohrubá	7,00	7,00	9,00	9,00	11,00	11,00	13,00	13,00
droždie	0,30	0,30	0,40	0,40	0,50	0,50	0,60	0,60
cukor kryštálový	0,60	0,60	0,80	0,80	1,00	1,00	1,10	1,10
soľ	0,05	0,05	0,06	0,06	0,08	0,08	0,10	0,10
vajcia	12	0,60	16	0,80	18	0,90	22	1,10
tuk /olej	0,60	0,60	0,80	0,80	1,10	1,10	1,40	1,40
mlieko	4,00	4,00	5,50	5,50	6,50	6,50	7,50	7,50
olej na potretie	0,55	0,55	0,80	0,80	1,00	1,00	1,20	1,20
olej na plech	0,25	0,25	0,40	0,40	0,60	0,60	0,70	0,70
múka na dosku	0,50	0,50	0,70	0,70	0,80	0,80	0,80	0,80
cukor na posypanie	0,45	0,45	0,50	0,50	0,60	0,60	0,70	0,70
plnka:								
mak	2,30	2,30	2,80	2,80	3,50	3,50	4,00	4,00
cukor práškový	1,20	1,20	1,50	1,50	2,00	2,00	2,50	2,50
mlieko	0,80	0,80	1,00	1,00	1,50	1,50	2,00	2,00
hmotnosť porcie v g	180		220		260		300	

Receptúra

Výrobný postup

Z časti vlažného mlieka, cukru a droždia pripravíme kvások. Múku preosejeme, pridáme cukor, soľ, kvások, vajcia a tuk. S vlažným mliekom vypracujeme cesto, ktoré necháme vykysnúť. Vykysnuté cesto rozdelíme na diely a plníme plnkou. Zabalíme, poukladáme na plech, dobre pomastíme. Necháme ešte vykysnúť. Upečieme. Upečené buchty posypeme práškovým cukrom.

Plnka: mak zomelieme, zmiešame s práškovým cukrom, zalejeme vriacim mliekom tak, aby plnka bola ľahko roztierateľná.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	193	463	9,57	11,5	0,0	78,2	1,7	104,	0,9	0,02	0,1	0,1	0,5	0,6

	0							5		3				
B	2541	610	12,62	15,9	0,0	101,2	2,3	136,6	1,2	0,030	0,1	0,2	0,7	0,8
C	3228	775	15,42	21,7	0,0	126,0	2,8	168,5	1,4	0,035	0,1	0,2	0,8	0,9
D	3848	924	18,21	26,5	0,0	148,9	3,2	198,0	1,7	0,043	0,1	0,2	1,0	1,1